



МБОУ Малоатлымская СОШ
Афанасьева О.В.

МЕНЮ
29 сентября 2023
7-11 лет
Неделя 1 день 1

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2004	114	Каша рисовая молочная жидкая	200/5	5,12	6,62	32,61	210,13
2004	269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
2004	369	Бутерброд с отварными мясопродуктами	50	10,58	8,3	10	156,7
2004		яблоко	200	0,8	0,08	20,8	90
итого				20,27	18,93	89,36	610,75
Обед							
2004	18	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,98	5,13	4,54	65,81
2004	47	Суп с макаронными изделиями	250	2,83	2,86	21,76	124,09
2004	191	Мясо тушенное (говядина)	100	17,5	6,1	2,99	136,51
2004	92	Рагу из овощей	150	2,72	10,88	16,051	174,87
2004	274	Кисель плодово ягодный	200	1,36	0	29,02	116,19
2004		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	92,8
2004		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,26	54,3
Итого				30,41	25,65	104,061	764,57
Всего				50,68	44,58	193,421	1375,32

Медицинская сестра _____ Черных А.Г

Повар с м/о _____ Щербакова Е.А